

Budapest

KÖZÉPISKOLA

2021.06.07.–2021.06.13.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tarhonya leves
Borsos sertés tokány
Szarvacska tészta

Allergének:
1,12

EN:874
ZS: 40,3 TZS: 11,3 FH: 33,4
SZH:91,2 CK:5,4 SÓ: 2,8

Karalábé krémleves
Pirított zsemlekocka
Édes-savanyú csirkecsikok
Párolt rizs

Allergének:
1,6,7,11,12

EN: 710
ZS: 19,5 TZS: 4,9 FH: 29,5
SZH:102,1 CK: 10,1 SÓ: 2,6

Babgulyás sertéshússal
Piskóta kocka
Csokoládés öntet
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN: 834
ZS: 25,6 TZS: 9 FH:35
SZH:110,4 CK: 52 SÓ: 0,5

Tavaszi leves
Fokhagymás sertés aprópecsenye
Magyaros burgonyafőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 850
ZS: 36 TZS: 8,1 FH: 30,1
SZH:94,8 CK: 3,6 SÓ: 4,4

Paradicsomleves
Mustáros csirkemell
Zöldséges bulgur
Csemege uborka

Allergének:
1,3,9,10,12

EN: 785
ZS: 18,7 TZS: 2 FH: 42,4
SZH: 101,9 CK: 30,5 SÓ: 4,1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézéstet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.